

# 8 consejos para trabajar desde casa sin perder productividad



# 8 consejos para trabajar desde casa sin perder productividad

El mundo está cambiando rápidamente. Actualmente, el trabajo remoto es una realidad para la mayoría de las personas, y cada vez será más común en los próximos años.

Más empresas ofrecerán trabajos que permitan trabajar desde casa, ya sea de forma parcial o total, mientras que los profesionales buscarán puestos de trabajo que tengan dicha flexibilidad.

Existen varios desafíos para quienes hacen esta transición de la oficina a la casa. Por ello, hemos reunido algunos consejos para ayudarte a adaptarse al trabajo, fuera de la oficina, desde cómo crear un ambiente cómodo hasta cómo hablar con tu familia. Después de todo, es importante mantener la productividad, sin dejar a un lado la salud mental y física.

## Consejo n° 1

# Compórtate como si estuvieras en el trabajo, porque realmente lo estás

Sí, trabajar desde casa es un desafío, pero seguir una rutina similar a la de un día normal en la oficina es esencial para que tu productividad permanezca alta. Tómame un tiempo para prepararte por la mañana: quitarse la pijama y tomarse un café. ¿Cuál será el lugar de trabajo? Define un espacio que sea tu oficina en casa: evita quedarte en la cama o en el sofá. Busca un ambiente cómodo y bien iluminado para que puedas concentrarte, además de usar una mesa y una silla preferiblemente ergonómicas.

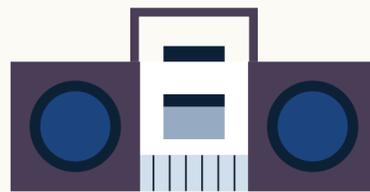


## Consejo nº 2

# Establece una rutina y encuentra el equilibrio entre la vida profesional y personal

No permitas que tu vida profesional se interponga en tu vida personal. Intenta cumplir con tu carga de trabajo normal con pausas y descansos. En casa, es aún más importante cuidar tu salud física y mental: intenta respirar aire fresco e incorpora el ejercicio a tu rutina, como la meditación.

No te exijas demasiado. Algunos días pueden ser más difíciles que otros, pero mantener el diálogo abierto con tu familia y compartir ideas con tu red de contactos definitivamente puede hacer que la experiencia sea un poco más fácil. No te concentres en una búsqueda incesante de productividad: intenta adaptar tu rutina tanto como sea posible para que, con el tiempo, todo se vuelva lo más cercano a lo normal.



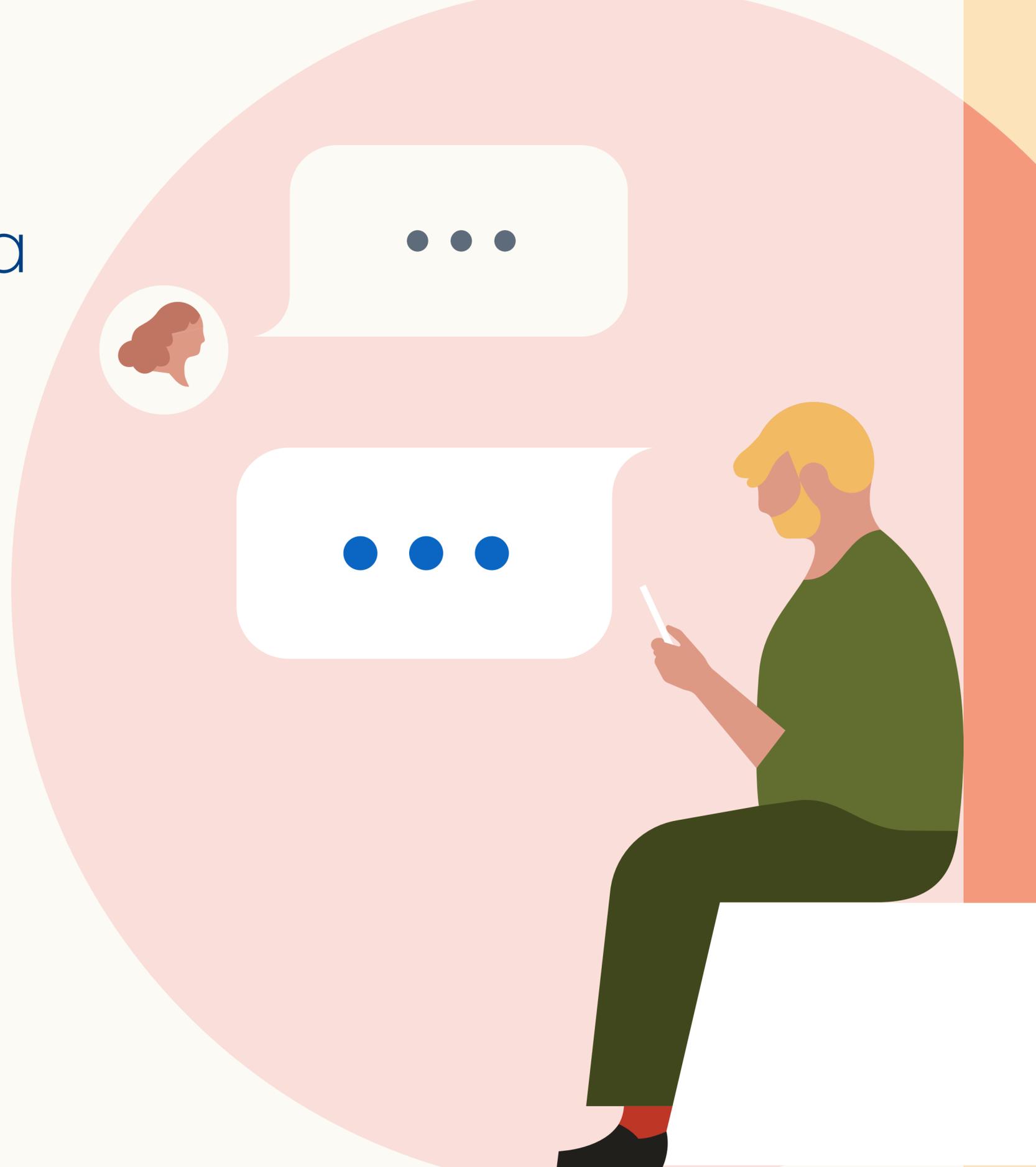
## Consejo nº 3

# Trabaja en equipo: encuentra caminos para estar juntos, incluso estando lejos

¿Cómo trabajar en equipo si estoy solo? El trabajo remoto está asociado con la libertad individual, pero aumenta la responsabilidad de la autogestión y la administración del equipo. Aquí, la atención se centra en los detalles para que todos estén en la misma sintonía y la comunicación sea lo más clara posible. Acciones como la creación de un repositorio de información donde todos los miembros del equipo (o incluso la empresa) pueden acceder resultan claves para lograr el trabajo remoto en equipo. Otra idea es mantener una sala de videoconferencia siempre activa, donde los miembros puedan entrar y salir cuando quieran. Esto ayuda a acercar a las personas y da una sensación de colectividad, incluso con todos en sus casas.

### Herramientas que pueden ayudar:

- Microsoft Teams
- Slack
- Google Drive
- Sharepoint



## Consejo nº 4

# Opta por las videoconferencias a los correos electrónicos y presta atención al texto escrito

Aún en estos tiempos, hace falta conversar personalmente. Comunicarse, aunque sea por videoconferencia, es el camino a seguir para mantener la productividad de todo el equipo. Los correos electrónicos y los mensajes también funcionan, pero pueden ser menos precisos. Asimismo, debes estar atento a los textos escritos, ya que pueden generar malas interpretaciones en la comunicación. Lee todo lo que está escribiendo antes de enviar y vuelve a leer el texto que has recibido antes de responder.

### Herramientas para videoconferencia:

- Skype
- BlueJeans
- Google Hangouts



## Consejo nº 5

# Padres – Deben hablar e interactuar con los niños, esta situación es algo nuevo para ellos también

Ayúdalos a comprender que, aunque estás en casa, estás en el trabajo y necesitas concentrarte. Explicarles por qué no pueden interrumpir, excepto en emergencias, puede hacer que la experiencia sea más fácil para ambas partes. La conversación es esencial para evitar que los niños se sientan confundidos y preocupados, y con el tiempo, incluso pueden interesarse al descubrir exactamente qué es lo que sus padres hacen en el trabajo.

Aún así, es muy importante demostrar que estás allí para los niños. Trata de crear intervalos regulares, durante y fuera del horario de trabajo, para pasar un tiempo con ellos, como almorzar, tomar té por la tarde, divertirse con algún juego. Y si vas a tener que hacer una videoconferencia o una llamada con los niños cerca, debes avisar con anticipación para evitar posibles ruidos o interrupciones.

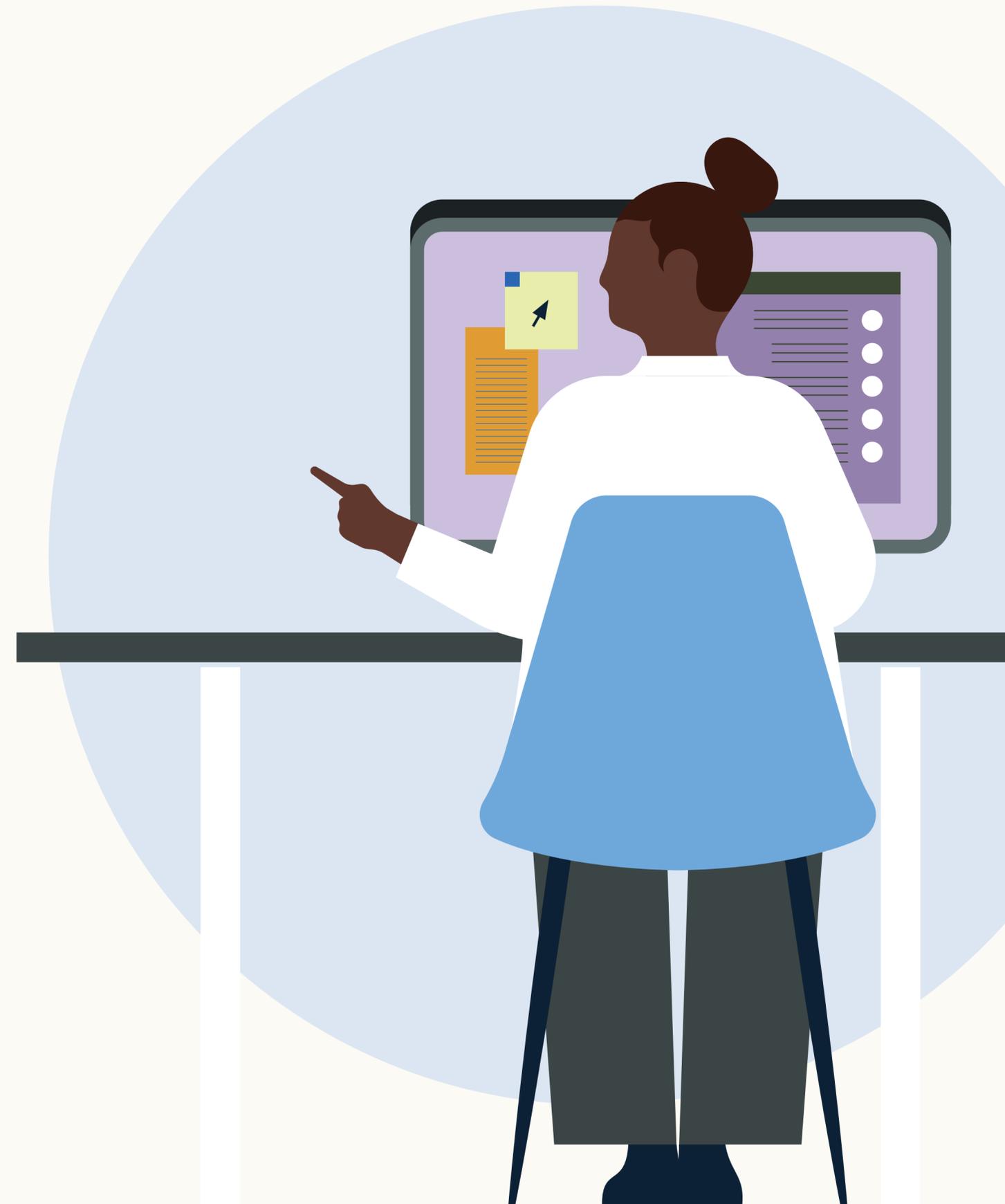


## Consejo nº 6

# Usa tu red de conexiones para intercambiar experiencias

El trabajo remoto ya era una realidad para muchos profesionales antes del panorama en el que vivimos hoy. Por lo tanto, hay muchas personas que ya están acostumbradas a este ritmo de videoconferencias, grandes cantidades de correos electrónicos y todo el contexto de trabajo desde casa.

Aprovecha tu red e intercambia consejos y mejores prácticas. Comparte tus experiencias con el trabajo remoto en el feed de LinkedIn: al alentar un chat en los comentarios, puedes platicar con personas que viven una rutina similar a la tuya, como tener hijos del mismo grupo de edad en casa o incluso aquellos que viven solos. Los consejos pueden ser valiosos e incluso puedes compartirlos con tu equipo.



## Consejo n° 7

# Aprovecha este tiempo para aprender algo nuevo o mejorar y desarrollar habilidades

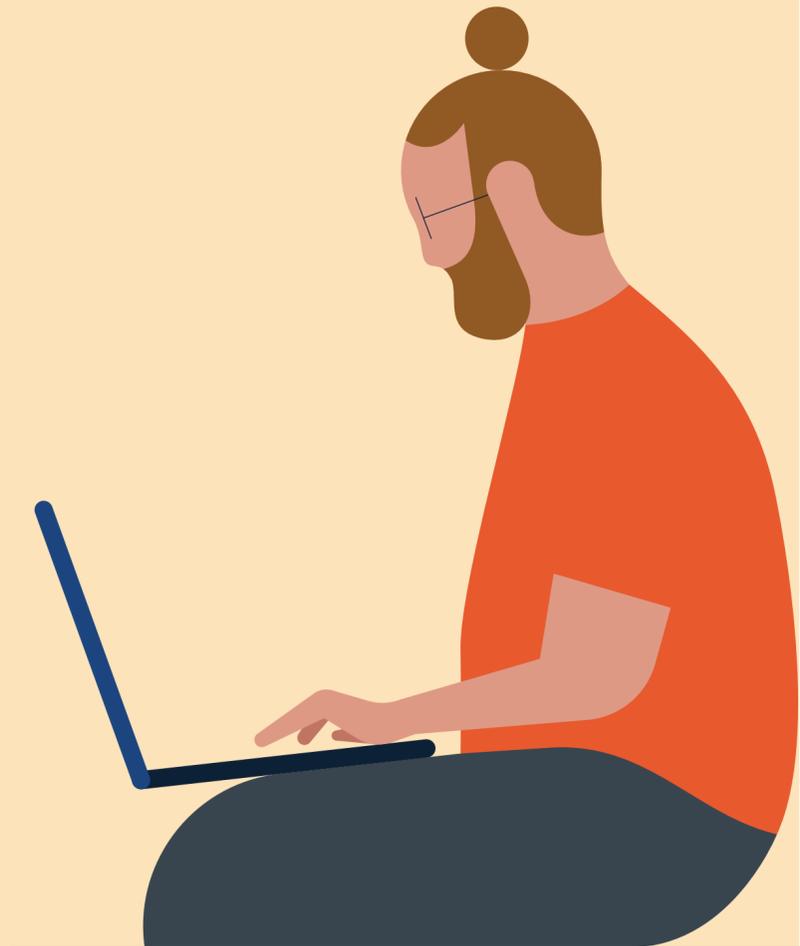
Durante este tiempo en casa, es una buena idea buscar cursos en línea para mejorar o desarrollar una habilidad específica. Busca cursos que puedan ser valiosos para tu área de trabajo o que sean de interés personal, pero ten cuidado de no sobrecargarse.

El propio LinkedIn ofrece una amplia variedad de cursos de capacitación a través de LinkedIn Learning. Allí encontrarás materiales elaborados por especialistas con recursos didácticos, pruebas y certificados, que pueden llevarse a cabo en 30 minutos o incluso en períodos más largos.

Sé curioso y busca otras formas de aprender a distancia. Usa las herramientas de transmisiones en vivo de las redes sociales para entrenar la capacidad de hablar en público. Aprovecha los libros digitales gratuitos disponibles para capacitarte y hacer nuevas conexiones con personas de tu área, de otras empresas y de otros países.

### Consejos de cursos de LinkedIn Learning:

- Trabajo Remoto: Colaboración, atención y productividad
- Cómo superar los desafíos y reinventarse en tiempos difíciles



## Consejo nº 8

# Cuidado con las noticias falsas, busca obtener contenido fidedigno

Encontrarás información de todos los lados, en todas las redes sociales, sin embargo, es importante tener cuidado con las noticias falsas: este tipo de información puede crear estrés y miedo innecesario. Más allá de eso, las noticias falsas pueden traer información que es perjudicial para tu salud y la de tu familia. No compartas artículos de fuentes sospechosas y busca contenidos fidedignos.

En una época en que la información puede salvar vidas, los editores de LinkedIn han creado un [ambiente](#) que recolecta publicaciones de fuentes fidedignas sobre salud, economía y trabajo. Además, también puedes informarte por medio del [boletín](#) diario, que realiza una curaduría de las noticias más importantes del día.



